



シニアネット仙台

令和4年11月号

目次

年忘れ・クリスマスパーティ・・・・・・・・・・1	講座ご案内・・・・・・・・・・5
サロン企画・・・・・・・・・・2	わいわい句会・あしかび短歌会・・・・6
宮城仙台の魅力・歩く会・・・・・・・・・・3	サークルのご案内・・・・・・・・・・7
サークル活動・シニア川柳・・・・・・・・・・4	事務局だより・・・・・・・・・・8

シニアネット仙台のホームページ：シニアネット仙台又は、<http://www.sendai-senior.org/>にて検索

第22回 年忘れ・クリスマスパーティが開催されます。

2022

＜ゲスト出演 ロシア舞踊・高橋エレオノーラさん＞

コロナ感染が続いていますが、年忘れ・クリスマスパーティが開催されることになりました。昨年同様マスク、消毒、換気等のコロナ感染対策をしながらの開催で定員75名の人数制限となります。このパーティは年に一度の会員交流の場であり、またシニアネット仙台の文化祭と言える役割もあります。しかし今回は作品の展示は4月に東北電力グリーンプラザで開催したので、ステージで発表するサークルのみとなりました。今回のゲスト出演はロシア舞踊高橋エレオノーラさんで平成29年以来二度目の出演となります。

当日の講座・サークル活動は全て休みとなりますのでご了承ください。なお発表希望のサークルはお早めに事務局までご連絡下さい。

- 日 時：12月22日（木） 受付12：30 開演13：00～
- 場 所：仙台市福祉プラザ 1階プラザホール
- 参加費：2,000円（軽飲食付き、アルコール無）（定員75名）
- 申 込：シニアネット仙台事務局 TEL 022-266-5650



芋煮会開催されました。



10月24日『スプリングバレー仙台泉』にて芋煮会を開催しました。参加者は28名です。コロナ禍の前は秋保温泉等で毎年開催していましたが、4年ぶりに、『スプリングバレー仙台泉』での開催となりました。泉中央の『イズミティー21』から無料送迎バスで現地入りです。「手ぶら」で全て用意されています。内容は芋煮の他に牛カルビ、焼き鳥付きのバーベキューセットとおにぎりです。10月下旬でもあり、着いた時には寒く感じられました。でもそのうちアルコールも入り熱気に満ちたおしゃべりで盛り上がりました。天気にも恵まれ、紅葉が見頃の高原を満喫しながら親睦を深め、大満足の日でした。

(T・H 記)

これからの サロン企画

終活セミナー ・ 《終活の基礎とお墓のお勉強》

- ▶墓じまいとは
- ▶墓じまいにかかる費用はどれくらいか
- ▶樹木葬や永代供養墓など現代のお墓事情について！

- 日 時：11月4日（金） 10:30～12:00
- 場 所：シニアネット仙台 一番町サロン
- 参加費：500円
- 講 師：終活サークルせんだい 佐々木 裕一氏
- 申込・問合せ：シニアネット仙台 TEL 022-266-5650（定員15名）

『フラワーアレンジメント教室』

（株）フラワー中山の講師による第3回「フラワーアレンジメント教室」を開催します。

- 日 時：11月25日（金） 10:30～12:00
- 講 師：曳地 礼氏
- 場 所：シニアネット仙台 一番町サロン
- 参加費：2,500円（締切以降のキャンセルはお花代2,000円頂戴します。）
- 申込・問合せ：シニアネット仙台 TEL 022-266-5650（締切11月15日）



サロン企画

『安心！終活セミナー』が開催されました。

9月2日「終活セミナー」が参加者11名で開催されました。講師は「終活サークルせんだい」代表の佐々木裕一氏です。最初に氏より『終活とは』と『終活の意義』について説明がありました。終活とは人生の最期を意識しながら“もしも”にそなえることで、限りある人生の時間を前向きに生きるための活動です。終活意義として4つ上げていただきました。①お金・モノ・コトの整理ができる。②万一の備えに向けた希望や考えの整理ができる。③家族と自分の想いの共有ができる。④やりたいこと、自分の想い、考えを再認識できる。また、延命治療について、介護について、認知症について、保険について等を説明していただき、最後にエンディングノートを頂きました。



市政出前講座『特殊詐欺』が開催されました。

9月9日サロン企画として、参加者15名で市政出前講座「特殊詐欺」が開催されました。講師は市民局生活安全安心部市民生活課市民生活係の佐藤定一氏です。仙台中央署管内における、特殊詐欺被害の状況は多い順に①架空請求②預貯金③キャッシュカード詐欺盗のようです。対処法として必ず次の事を確認してほしいそうです。「オレオレ」って電話がかかってきて・「息子だよ」⇒え、誰？名前は？ ・「孫だよ」⇒え、誰の子供？名前は？ ・「電話番号が変わった」⇒元々の電話を番号にかけなおす。相手が警察官、市役所職員、銀行員等と言ったら必ず電話帳で番号を調べてかけ直し、相手を確認して欲しいとのことでした。

「日常の心理学講座」が開催されました。

9月28日「日常の心理学講座」が開催されました。参加者は20名、講師は松岡修時氏です。内容は「アンガーマネジメント」について、怒りのコントロール術を身に付けましょうというお話です。具体的に下記の4つについて説明して頂きました。①怒りの正体について：自分の身を守ること。②問題になる4つの怒り：強度の強い怒り方。持性のある怒り方。攻撃性のある怒り方。頻度の高い怒り方。③怒りの裏にあるもの：具体的には不安、辛い、寂しい、苦しい等です。④3つのコントロール：一方的に怒らない。原因を突き止める。どのように行動するかを選択する。最後に怒りの「コントロール術を身につけ自分らしく生きましょう」とお話されました。



市政出前講座『これからどうなる 仙台中心部』

10月14日10:30～12:00に仙台市の市政出前講座「これからどうなる 仙台中心部」が参加者21名で開催されました。講師は仙台市まちづくり政策局政策企画課の鹿中係長です。講演は、「新しい都心産業の創出や仙台らしい個性と賑わいの有る都心の形成に向け、勾当台・定禅寺エリア、一番町・青葉通エリア、青葉山エリアを核として仙台市が進めている都心再構築プロジェクト」のお話でした。講演後、参加者から仙台駅前広場実験、仙台駅東地区を加えた都心整備のあり方、仙台の個性やこれまでのストックを活用したまちづくり等の観点から課題提起があり、講師と参加者との活発な意見交換がなされました。（林 一成 記）



宮城・仙台の魅力～ 第9回シニア検定

文責 石川 守也

1. 宮城県知事の名前は何でしょう (初級)
2. 栗原市に属する山で高さ1,626mあり紅葉の名所と言われる山の名は何でしょう (初級)
3. 仙台藩主だった伊達家三代が眠る廟所とはどこでしょう (初級)
4. 仙台せりは「せり鍋」が好評ですが主な生産地(市町村)はどこでしょう (初級)
5. 地震後に南三陸町にチリのイースター島から贈られたのは何でしょう (初級)
6. 伊達騒動を題材とした歌舞伎の演目である「伽羅先代萩」の読み方は何でしょう (中級)
7. 県指定の伝統的工芸品の中に「仙台平」がありますがその素材は何でしょう (中級)
8. 丸森町で81基の石碑が確認され信仰の対象となっていたのは何でしょう (中級)
9. 角田市にある宮城県最古(平安時代)の現存する木造建築とは何でしょう (中級)
10. 鳴子温泉郷の温泉で古くから脚気〇〇の名で親しまれてきました。〇〇は何でしょう (中級)
11. 涌谷町の公式観光PRキャラクターは「〇〇の金さん」です。〇〇は何でしょう (上級)
12. 「味の箱舟」に認定された「小瀬菜大根」は主にどのような料理を推奨されていますか (上級)
13. 大和町升沢にある船形山神社で行われる県指定民俗文化財のお祭りとは何でしょう (上級)
14. 自転車イベント「ツール・ド・東北2022」の発着点はどこでしょう (上級)
15. 登米市にある神社で宮城唯一の疾風巡拝スポットと言われる神社名は何でしょう (上級)

*答えは1月号に掲載します。

CDを聴く会 11月・12月の予定 (変更の場合あり)

- 11月22日(火) 16時～18時
- 12月は休止とします。各定員/10名

会場は「一番町サロン」、参加費は1,500円(会員のみ)です。CDを持参しても構いません。
手ぶらでお気軽に参加してください。また、持ち込み自由です。

【歩く会】 11月・12月の予定 参加費：各回300円(保険料込)

◆第178回 国際センター界隈散策コース

実施日：11月10日(木) 締切日：11月8日(火)
地下鉄東西線大町西公園駅⇒桜ヶ丘大神宮⇒仲ノ瀬橋⇒宮城県美術館⇒三太郎の小径⇒東北大学萩
ホール⇒五色沼⇒国際センター⇒キリシタン殉教碑⇒地下鉄東西線大町西公園駅(解散)…約3.5km
集合場所：地下鉄東西線大町西公園駅 西出口1(西公園側) 集合時刻：午前10時

◆第179回 宮城野原公園～薬師堂散策コース

実施日：11月22日(火) 締切日：11月19日(土)
JR仙台駅⇒JR宮城野原駅⇒乳銀杏⇒仙台医療センター⇒楽天生命パーク宮城⇒
仙台貨物ターミナル駅⇒国分尼寺⇒国分寺薬師堂⇒地下鉄東西線薬師堂駅(解散)…約4km
集合場所：JR仙台駅スタンドグラス前 集合時刻：午前10時 JR仙台駅10:09 発

◆第180回 東北学院史資料センター見学コース

実施日：12月8日(木) 締切日：12月6日(火)
地下鉄南北線五橋駅福祉プラザ⇒東北学院大学土樋キャンパス⇒東北学院史資料センター見学⇒
東北大学片平キャンパス⇒シニアネット仙台(解散)…1.6km
集合場所：地下鉄南北線五橋駅 福祉プラザ玄関前 集合時刻：午前10時

～～1月・2月は休みます～～

サークル紹介

『写経の会』

今、高野山に勉強に行っている菊地先生が「日常生活のひと時ゆったりと写経をしませんか」・・・と立ち上げました。般若心経を下敷きにして写経用紙でなぞり、願い事を書き、ためてお焚き上げしてもらいます。40分の間は無言で書いています。心が落ち着きます。そのあとは、コーヒーを飲んで意見交換(おしゃべり)をしています。たまにお菓子も出ます。宗教色はなしで毎月第4木曜日10時30分より12時まで、ペンはどんなものでもいいです。自分持ちでやっています。参加者は18名で休む時も連絡なしでゆるーく皆で協力しながらやっています。(塩澤 文子 記)



『仙台・羅須地人協会』

『世界がぜんたい幸福にならないうちは個人の幸福はあり得ない』とも言われた《宮澤賢治の想い》を勉強し、繋いで行きたい集まりです。2011年の東日本大震災後に発足した「自由学校」で、毎月第1と第3の土曜日午後に開催しています。報告会員によりウクライナ戦争、福島原発事故の後処理問題、ジャン・ジャック・ルソーの思想、資本主義に代わる社会に関して、など様々な事を話題にし、報告者の話の後に質疑応答(各小一時間)を行う形をとり、毎回15名程参加しています。実会場とオンラインを併用し参加は自由です。年に数回「セnderドつうしん」という名の会報も発行しています。(内田 照久 記)

『ラ・ラ・ラシャンソン』

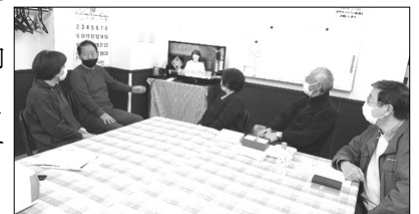
2018年に「シャンソン教室」が終了した後有志でスタートしたのが「ラ・ラ・ラシャンソン」です。先生はいませんが、第1、第3水曜日の午後1時30分から3時まで、カラオケに合わせて皆で楽しく歌っています。「愛の讃歌」からスタートとして「サントワマミー」「バラ色の人生」などを思い切り大きな声で歌った後はコーヒータイム。今度はおしゃべりに花が咲きます。大きな声を出すことで口の周りの筋肉が鍛えられ、オーラルフレイル(加齢により口に関する機能が低下すること)の防止にもなると思いますが、ストレス解消にも役立ちます。いつでもお気軽に見学においで下さい。



会員募集

『旅して歌う中国語の会』

いま「旅して歌う中国語」のサークルでは、テレサ・テンがリバイバルソングとして歌い、東アジア一帯、特に中国と日本で大流行した「何日君再来(フーリージンザイライ)」と台湾の歌謡曲「雨夜花(ユーユエファ)」の二曲を練習しています。このうち「雨夜花」は日本統治時代の台湾でヒットした歌で、戦後はテレサ・テンなどによってカバーされ、「南国哀歌」としてこまどり姉妹も歌っています。中国語の歌謡曲でありながら、歌詞の内容、メロディー、リズムの全般において我々日本人にも親しみやすい、この二曲を一緒に覚えてみませんか?月2回の例会ですが、4回も参加しているうちに鼻歌でも歌えるようになりますよ。(伊豆田 勝一 記)



**シニア
川柳**

コロナ禍に 地区の活動 全部なし
砂かぶり 会ってみたいな 白い妖精
アイス食べ 熱いお茶のむ シニア流
国葬を 履き違い行く 公務帯び
栄光の 大旗手にして 関所越え
政治屋の 仕事の一つは 嘘を言う
マー君も 戻ってきたら ヒトの子に
ちりぬるを もり・加計・さくら 国葬に

泉区 笑歌歩良
青葉区 毛根無造
太白区 楽笑子
青葉区 アキーラ
青葉区 清流ずんだ
泉区 大池百合子
名取市 漁市
青葉区 八幡姫



※川柳を募集します。氏名(ペンネーム)を明記して、テーブル上の川柳ボックスに投稿してください。

【連載】 成年後見人制度 (4) 『任意後見人制度』

●任意後見監督人とは

任意後見監督人の仕事は、任意後見人が任意後見契約の内容どおり、適正仕事をしているかを監督することです。任意後見人が病気等により動けない場合には、任意後見監督人が任意後見人の代わりに必要な処分をします。ただし、任意後見監督人が代理できるのも、任意後見契約の範囲内となります。

●任意後見監督人の職務

*任意後見人が契約通りの仕事をしているかを監督する。(財産目録を提出させる)

*任意後見人の事務について家裁に定期的に報告する。

*急迫の事情がある場合(例えば任意後見人が病気になる)に任意後見人の代理権の範囲で必要な処分をする。

*被後見人と任意後見人の利益が相反する行為を行うとき任意後見監督人が被後見人を代理する。

*任意後見人の事務は法律行為(任意後見契約に定められた事務)に限られ、事実行為は含まれない。代理権のみで取消権、同意権はない。(例えば入院、施設入居の手続きの代理は可、日用品購入の取り消しは不可)。任意後見制度は「本人の意思決定」を尊重する制度です。よって不利な契約、高額な商品を購入しても取消権はありません。但し任意後見契約書に代理権が与えられていれば交渉可能です。

*任意後見契約は家裁の許可を得て解除することができる。



【任意後見人や任意後見監督人は、契約で決めた代理権しかない】

任意後見契約という制度は、本人の意思能力が備わっている間に、自分の意思能力が衰えた場合に備えて信頼できる人に代理権を付与する契約であり、どのような範囲で代理権を与えるかは、本人が自由に定めることができます。
(法務省民事局の資料より)

■講座「仙台・歴史アラカルト」ご案内 講師「ぐるーぷ・よっこより」代表 遠藤勝目さん

I 11月講座

1 日時 11月10日(木) 10:30~12:00

2 内容 「伊達政宗の築城とまちづくり」と題して、仙台、地名の由来や築城・まちづくりから政宗の思いをさぐる。

II 12月講座

1 日時 12月8日(木) 10:30~12:00

2 内容 「伊達政宗と大崎八幡宮」と題して、瑞巖寺や大崎八幡宮、薬師堂その他国宝卯級の寺社建立から政宗の思いをさぐる。

◎ 参加費 シニアネット仙台会員800円・非会員1,000円(資料代を含む)

◎ 会場・申込み シニアネット仙台

電話(217)0101

FAX(266)5662

開講日の一週間前まで。

■「ぐるーぷ・よっこより」研修会ご案内

※コロナ罹患者数の拡大情報が伝えられていますので

当分の間休講とします。



講座の ご案内

■伊達治家記録を読む会 受講料800円/1,000円 第1・3木曜日10:30~12:00

講師 遠藤 勝目 ◇先生が伊達治家記録を読み、内容を説明していただきます。

■書道楽 受講料600円/850円 第1土曜日10:30~12:00 講師 大塚 耕志郎

◇“あなたのくせ字は宝物”をモットーに「書」を楽しく学べる場所です。現在募集停止。

「あしかび短歌会」より(九月)

二十九度までは扇風機”サンヨー”の古き良き風この身を癒す
 スーパーに並びし秋刀魚スマートで可哀相だと伸ばした手をひく
 建ち並ぶ暮石の翳る暑き午後百合もつ姉妹墓は何処かと
 秋雨が秋の終りを告げるのにコロナは何時終りを告げる
 杜の街櫓も洗われ活き活きとジャズの音色に「スイング」してる
 裏五輪汚いお金で「お・も・て・な・し」陰で操る電通育ち
 国葬と情緒に走り宣言す酷税に泣く民置き去りに
 栃の実を拾いて卓に並べおり童に似た顔ひいふうみい
 「虫達の食べた残りを食べてます」笑顔爽やか若き移住者
 コロナ禍をマスクつけずに街歩きストレス溜まりやつぱりマスクだ
 中山をゆだり登ればタチアオイ猛暑に負けずすつくと立ち居
 行き来するサイレンの音止まぬまま一日は過ぐコロナ禍の夏

笹谷 逸朗
 小町
 いつつばし
 初ちゃん
 水すまし
 イタヤンマン
 大須賀 章
 まさこ
 晴
 かつゆき
 笑福
 ふじこ

「わいわい句会」より(九月)

秋雨にわが身の整理あらためて
 傘忘れ長居のカフェや露時雨
 カマキリのようなスマホっ首の群れ
 白河の関越えし八月のゆく
 朝もやに鳴く山鳩の声しずか
 提灯にトルコ桔梗が写る盆
 雨雲や時期尚早と名月に
 山裾の日当りみじか仙翁花
 餅二つ餡足らぬまま盆会かな
 かちどきに天さす指や秋高し
 朝顔の空を染めゆく蒼さかな
 ひと休みしている風車秋を待つ
 焼きたての根曲り竹とぬるい酒
 秋しぐれ晴れぬ心や黄色傘
 関越えを叶えし球児夏の風
 昼と夜の落差とまどふ秋隣
 点となり光となりし秋つばめ
 泥長靴の妻の両の手甘藷あまた
 水ようかん楊枝かまえて厚く切り

英 いつつばし
 島文庫
 漁市
 宗孝
 牛歩
 風輝
 泉水
 葵
 大丈夫
 涼呂
 十樹
 林道
 寿々
 扇子
 玲
 いずみ
 駄犬
 翠風

■わいわい句会 毎月第二金曜日の午後一時半から一番町サロン
 で例会を開催しています。参加費五百円(会員のみ)

■あしかび短歌会 毎月第三土曜日の午後一時半から一番町サロン
 で例会を開催しています。参加費五百円(会員のみ)

■自由短歌の会「翼」 毎月第三木曜日の午後一時半から一番町
 サロンで例会を開催しています。参加費五百円(非会員/八百円)

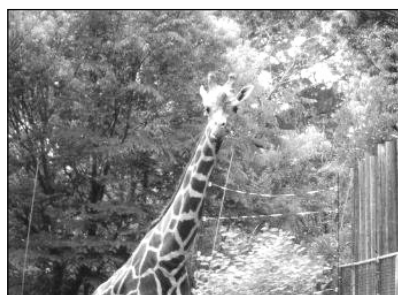
自由短歌の会「翼」より

短くも長くもありしこのひとよ去年のごとくコスモス咲きて
 吾亦紅夕暮れの庭にひっそりと風に揺られて静静と舞う
 良寛のくうちゅう習字を思う時目から鱗と妙に納得
 剣闘士ローマ末期の英雄よ今の日本はスポーツ人よ
 真新しい小さき墓に風車カラカラ回る悲しみ幾許
 サルビアの花咲き乱れ終電の一駅ごとに夢のパノラマ

萩
 春光
 牽牛
 ササニシキボーイ
 時雨
 漱ノ介

サークルの
作品紹介

今回は「デジカメ倶楽部」です。



※参加費 会員/一般

サークルのご案内

(左から50音順)

<p>●囲碁サロン 500円(会員のみのみ) 毎週(水) 第1・3(土)13:00~15:00 ◇囲碁の好きな方、どうぞ。</p>	<p>●デジタルカメラ倶楽部 300円/600円 第2(木) 13:30~15:00 ◇大きく広がるカメラの世界にあなとも。</p>
<p>●歌いましょう 500円/800円 第2・4(土) 13:30~15:30 ◇童謡から演歌、ポップスまで楽しく歌いましょう。</p>	<p>●デジタル・ワン 300円/600円 第3(土) 10:30~12:00 ◇デジタル関連の勉強をしませんか。</p>
<p>●エッセイを書こう 1,000円/1,300円 第2(土) 11:00~12:30 ◇日常の何気ない事を書いてみませんか。</p>	<p>●鉄旅・空旅クラブ 500円/800円 第3(水) 13:30~15:00 ◇旅のプランを自分たちで企画し、楽しみましょう。</p>
<p>●絵手紙教室 1,100円(会員のみのみ) 第4(火) 10:30~12:00 ◇楽しく描いています。</p>	<p>●ノルディック倶楽部 500円/800円(ボール貸し出し有) 第1(木)13:30~15:30 第3(火)13:30~15:30 ◇2本のボールを使ってウォーキング。(要予約)</p>
<p>●絵本を読む会 300円/600円 第2(金) 10:30~12:00 ◇10人いたら10通りの絵本、楽しみませんか。</p>	<p>●パークゴルフ愛好会 500円(プレー代・保険代) 第3(月) 10:30~12:30 (要予約)(会員のみのみ) ◇健康維持のための野外活動です。</p>
<p>●風のハーモニー 300円(会員のみのみ) 第2・4(土) 10:30~12:00 ◇楽しくハーモニカの練習をしましょう。</p>	<p>●パステルアート 600円/900円 第4(火) 13:30~15:00 現在募集停止 ◇パステルの優しい色彩に心も頭も癒されます。</p>
<p>●クラシック音楽鑑賞会 500円(会員のみのみ) 第1(水)10:30~12:00 現在募集停止 ◇日常の喧騒を離れ名曲の海を漂ってみませんか。</p>	<p>●パソコン教室 3,600円/5,000円(1コース3回) 毎週(水) 10:30~12:00 13:30~15:00 ◇初心者から中級の方まで完全個別指導。</p>
<p>●缶詰サロン 700円(会員のみのみ) 第3(水) 16:00~18:00 ◇珍しい缶詰で銘酒を楽しみませんか。</p>	<p>●豊齢研つなぐ 300円/600円 第3(土) 10:30~12:00 ◇高齢者近未来の暮らし方研究会。</p>
<p>●国宝クラブ 400円/700円 第2(水) 10:30~12:00 ◇いろんな国宝に出会ってみませんか。</p>	<p>●ボウリング愛好会 1,800円(会員のみのみ)(3ゲーム、靴代含む) 毎月最終木曜日14:00~15:30 ◇若い頃を思い出し運動して健康に。</p>
<p>●古代史懇話会 300円(会員のみのみ) 第4(木) 13:30~15:00 ◇古代史の迷宮を散策しませんか。</p>	<p>●BON踊り体操 500円/800円 第4(金) 13:30~15:30 ◇踊りながら足・腰が鍛えられます。</p>
<p>●サークル民謡A.T.U 600円/900円 第1・3(火) 13:00~14:30 ◇日本の民謡をみんなで楽しく歌います。</p>	<p>●ポピュラー音楽クラブ 400円(会員のみのみ) 第4(水) 10:30~12:00 ◇ポピュラーミュージックを楽しみましょう</p>
<p>●詩吟を楽しむ会 1,000円/1,300円 第1(金) 14:00~15:30 ◇漢詩・和歌・短歌を詩吟で楽しみませんか。</p>	<p>●POPs倶楽部 600円(会員のみのみ) 第1(木) 16:00~18:00 ◇カラオケで楽しみましょう。</p>
<p>●字・絵てがみ 600円/900円 第3(金) 13:30~15:00 現在募集停止 ◇楽しく自分流に描いてみましょう。</p>	<p>●麻雀木曜会 1,000円(会員のみのみ) 毎週(木) 10:30~15:00 ◇健康麻雀：吸わない・賭けない・呑まない。</p>
<p>●シニアのための歌の練習 600円/900円 第1・3(火) 10:30~12:00 現在募集停止 ◇歌の好きな方の参加をお待ちしております。</p>	<p>●杜の都の麻雀会議(入門) 1,000円(会員のみのみ) 毎週(月) 10:30~15:00 ◇健康麻雀：吸わない・賭けない・呑まない。</p>
<p>●自分史を書こう 1,000円/1,300円 第2(土) 13:30~15:00 ◇生きた“証”として自分史作りにチャレンジ。</p>	<p>●杜の都の麻雀会議(藤ホール) 1,200円(会員のみのみ) 毎週(月) 10:00~15:30 ◇健康麻雀：吸わない・賭けない・呑まない。</p>
<p>●写経の会 550円/850円 第4(木) 10:30~12:00 現在募集停止 ◇日常生活のひと時、ゆったりと写経を。</p>	<p>●やさしい英会話 600円/900円 第1・3(火) 13:30~15:00 ◇初歩の日常会話から始めましょう。</p>
<p>●将棋を楽しむ会 300円/600円 第2・4(金) 13:30~15:30 ◇気軽に将棋を楽しもう。</p>	<p>●ラ・ラ・ラ シャンソン 300円/600円 第1・3(水) 13:30~15:00 ◇仙台はシャンソンが似合う街。</p>
<p>●仙台・羅須地人協会 550円/850円 第1・3(土) 13:30~15:00 ◇宮沢賢治の想いを継承。</p>	<p>●ゆるゆるヨガ体操 600円(会員のみのみ) 第2(水) 13:30~14:30 ◇ヨガに興味のある方お待ちしております。</p>
<p>●旅するスペイン語クラブ 500円/800円 第1・3(金) 13:30~15:00 ◇楽しく学んでみませんか?</p>	<p>●朗読教室(青葉区中央市民センター) 600円/600円 第1・3(火)と第2・4(火) 13:00~15:00 ◇声を出して物語の中へ。</p>
<p>●旅して歌う中国語の会 500円/800円 第1・3(金) 10:30~12:00 ◇中国語の歌を覚え一緒に旅してみませんか?</p>	

※「わいわい句会」「あしかび短歌会」自由短歌の会「翼」P6を「CDを聴く会」「歩く会」はP3をご覧ください。

事務局だより**◆新型コロナ感染防止のための飲食を伴う諸活動について**

「10月1日から10月31日までの期間、シニアネット仙台のサロン内でのサークル等の活動として、酒類の飲食を伴う活動を行う場合には、参加人員を10人以内にとどめ、併せて十分な感染防止対策を講じる。ただし、同上の期間、歌を歌う活動と併せての酒類の飲食を伴うサークル活動は行わない。また、サークル等の活動終了後の懇親会等については、とくに自粛をお願いすることはありませんが、一般的な新型コロナ感染防止対策については十分をお願いします。」を理事長・副理事長会議で決定し9月24日付けでサロン内に掲示しました。

◆**避難訓練の実施**：10月20日に「杜の都の麻雀会議」と「伊達治家記録」とにより地震発生を想定した非常口からの避難訓練を行いました。皆さん緊張感をもって訓練に参加していただきました。

◆**サロンスタッフの退任・就任**：サロンスタッフの渡辺一枝さんが9月末で退任されました。長い間スタッフとしてご活躍されましたことに感謝申し上げます。また、奥田洋子さん、清水恵美さんがそれぞれ就任いたしました。

◆**サロンスタッフの募集**：会員や来訪者への案内、様々な企画などシニアネット仙台の活動を円滑に進めるために必要なスタッフを募集しています(男女を問いません)。お気軽に事務局スタッフに声をおかけください。

●サロンの閉館について

9月20日(火)台風14号の影響で仙台市では多くの学校等は休校になり、シニアネット仙台では休止になったサークルもありました。サロンは開館でサロンスタッフと事務局員は出勤していました。シニアネット仙台の荒天時のサロンの閉館は、市町村から発せられる災害発生危険度は5段階の内**警戒レベル4以上**となっています。荒天時にサークル活動をするのかどうか不安な時は、事務局あるいはサークルお世話役に電話等で確認していただきたいと思います。警戒レベル4とは対象地域住民のうち危険な場所にいる人は**全員避難**となっています。大事なことは「自らの命は自ら守る」意識で「自らの判断で行動する」ことです。

**「次回の事務局・サロンスタッフ会議」**

11月 8日(火) 午後10時45分～12時
12月 13日(火) 午後10時30分～12時

「次回のサークル連絡会」

11月 8日(火) 午後1時30分～3時
12月 13日(火) 午後1時30分～3時

■寄付金・差し入れを頂きありがとうございました。 (令和4年8月16日～10月15日まで・受付順/敬称略)

・**寄付金** 石川守也 歩く会 新治佳子 田畑祐助 上松野乃義 都築秀穂

・**差し入れ** 木村きえ子 及川寿恵子 斎藤依子 伊豆田勝一 緑川斐雄 三吉道江 佐藤昌子 丸山陽子 須藤久美子 鈴木カツ子 斎藤初子 高橋ミチ子 戸袋勝行 大友美江子 新井幹枝 及川芳子 千葉とめ子 森信子 川村玲子 岩坂てる子

◆NPO法人シニアのための市民ネットワーク仙台事務局

〒980-0811 仙台市青葉区一番町二丁目5-12 一番町中央ビル8F

月～土 10:00～16:00 (日曜日休み)

TEL 022-266-5650 FAX 022-266-5662

◆「一番町サロン」 所在地・事務局に同じ

TEL 022-217-0101 FAX 022-266-5662

シニアネット仙台は年齢に関係なく誰でも入会できます。

